

令和5年 3月 1日

仁田佐古小学校 保健室

No. 12

本発度も残すところあと歩しとなりました。あと歩しで琴葉や進級ですね。みなさんにとってこの1 学はどんな1 学でしたか? 季節の変わり首は、気候の変化が激しく、 体調を崩しやすくなります。 リラックスしてなどとぶる様める時間を大切にしましょう。



学年度の保健室利用状況



630 (K)

病気



327 (L)

せったん相談



43 (X)

一日平均



6.5

R4.4.6~ R5.2.22



3 度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった

2² & C

早寝早起きをして1日 8 時間くらいぐっすり寝た



■ 禁いき、規則正しい生活リ 英日、規則正しい生活リ ズムですごせた

1年間の健康生活をふり返ってみよう

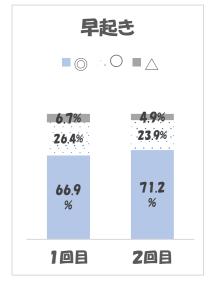


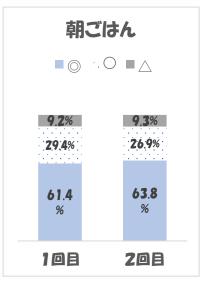


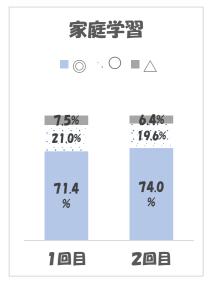
ケガや病気の予防を心が けて、実行できた

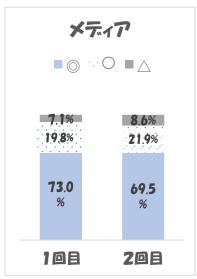


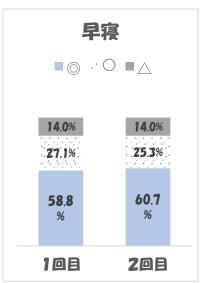
せいかっ 生活リズム点検を振り返って・・・













保護者の方へ

第2回もたくさんのご協力ありがとうございました。

特に前回の課題であった「早寝」は、◎の児童が2%増えて、改善傾向にあります。この調子で、これからも規則正しい生活を意識して取り組んでいただきたいと思います。

保護者の皆様にはこの一年間、毎日の健康観察や感染症対策、ケガや体調不良の送り迎えなど たくさんご協力いただき、ありがとうございました。保健室は子どもたちが元気に安心して過ごせるよう、様々な面からサポートしていきたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。